

誰もが安心して暮らせる 魚沼市



生活の状況に応じたサービスをご用意し、みなさんの暮らしを全力でサポートします。

●サービス利用には介護認定や障がい認定を必要とする場合があります。

魚沼元気体操で元気なからだ作り！

魚沼市民の歌「魚沼元気」に合わせて体を動かす、魚沼市のご当地体操『魚沼元気体操』!!

正しい姿勢で取り組むことで、足腰の筋力アップや姿勢改善が期待されます。

魚沼市公式 Youtube チャンネル⇒



膝や腰などに痛みのある方向けの、椅子を使用した動画もあります。

たのしく気軽に介護予防

生きがい活動支援通所事業

おしゃべりで介護予防

お茶飲み等で交流をしながら一日を過ごせる場所です。(食事付、送迎付)

料金 450円～750円 / 回

対象者 65歳以上の人で、要介護・要支援認定のない人

介護福祉課
ID 2136

短期集中予防サービス事業

専門職が身体・栄養・口腔機能をサポート

専門職が介護予防のアドバイスをします。

料金 堀之内体育館での通所型は1回300円

訪問型は無料

対象者 要支援1.2、事業対象者の認定がある人

介護福祉課
ID 40189

若返りトレーニング教室

介護福祉課
ID 2144

運動教室で介護予防

ストレッチや筋力トレーニングを行う健康教室です。

料金 1,000円～5,000円 / 月

対象者 65歳以上の人



いきいき元気教室

無料 体操や脳トレで介護予防

介護福祉課
ID 28731

介護予防の講話や軽体操、レクリエーションを行う教室です。

対象者 65歳以上の人で、要介護・要支援認定のない人

万が一に備えたい方へ

緊急通報装置を貸し出します

介護福祉課
ID 2109

緊急事態が発生したときにボタンを押すと警備会社につながります。

料金 無料または500円 / 月

対象者 65歳以上のみで構成する世帯または障がいのある人がいる世帯

無料 ヘルプマークを配布します

福祉支援課
ID 2071

援助や配慮を必要としていることを周りに人に知らせることができるマークです。

対象者 援助や配慮が必要な人



日常生活でサポートが必要な方へ

補聴器の購入費を補助します

対象者 障がいのある人または補聴器が必要であると認められる人

介護福祉課
ID 2120

福祉支援課
ID 2084
ID 2090

安否確認を兼ね、お弁当をお届けします

(1週間に2回まで)

料金 200円～300円 / 1食

対象者 65歳以上のみで構成する世帯の人または障がいのある人

介護福祉課
ID 2139

年間最大24,000円分のタクシー利用券を交付します

介護福祉課
ID 2138

福祉支援課
ID 2087

対象者 住民税非課税世帯で65歳以上の人または一定の障がいのある人



無料「おもいやり駐車場」の利用証を交付します

対象者 要介護認定者、障がいのある人、妊産婦など

福祉支援課
ID 2076

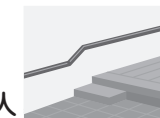


バリアフリー化や手すり取付の費用を助成します

対象者 要介護認定者、障がいのある人

介護福祉課
ID 2105

福祉支援課
ID 41160



福祉用具の購入費用やレンタル費用を助成します

対象者 要介護認定者、障がいのある人

介護福祉課
ID 2127

福祉支援課
ID 2083

ID 2090



在宅で介護を受ける方に紙おむつの購入券を交付します

介護福祉課
ID 2107

対象者 要介護認定者、障がいのある人



除雪費用を支援します

料金 利用時間等に応じて、自己負担があります。

対象者 住民税非課税世帯で65歳以上の人または一定の障がいがある除雪が困難な人など

介護福祉課
ID 2111

各制度の詳細は、魚沼市のホームページから「ページID」で検索できます!

ID ****

検索

困ったら？悩んだら？まずはご相談ください！

魚沼市では誰もが安心して暮らせるまちを目指しています。
『介護』・『障がい』のことなど生活する中での不安や悩みをお気軽にご相談ください。

高齢者の生活に関する相談 介護に関する相談



- 西部地域包括支援センター 025-794-6001
(堀之内地域、広神〔藪神〕地域)
- 南部地域包括支援センター 025-793-7337
(小出地域、湯之谷地域)
- 北部地域包括支援センター 025-793-7075
(守門地域、入広瀬地域、広神〔広瀬〕地域)
- 認知症相談ダイヤル 080-1395-7394
(認知症に関する相談)

障がいに関する相談



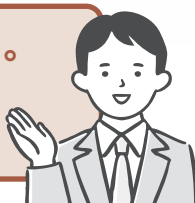
- 魚沼市障がい者基幹相談支援センター 025-792-9760
(生活や障がいに関する総合相談)
- うおぬま相談支援センター 025-793-4011
(生活上の困りごと、障がい福祉サービス全般の相談)
- なないろ 025-792-8116
(障がい福祉サービス利用の相談)

生活に関する相談



- うおぬま健康ダイヤル 24 0120-656-680
(健康、育児、介護などに関する相談)
- 市民相談センター、消費生活センター 025-792-8844
(生活全般困りごと、消費者トラブル、配偶者等による暴力の相談)
- 魚沼市社会福祉協議会 025-792-8181
(暮らしの相談)
- 魚沼市権利擁護サポートセンター 025-792-5252
(成年後見制度の利用や相談)

- 専門の相談員が対応します。
- 相談は無料です。
- 秘密は守られます。



●介護福祉課 025-792-9755 ●福祉支援課 025-792-9767
●健康増進課 025-792-9763

福祉の職場でやりがいある毎日！



資格取得の研修費用を最大20万円補助

社会福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士、
介護支援専門員、主任介護支援専門員の養成・
更新の研修費用が対象

資格を取得し、1年勤務した人へ 最大30万円を支給

社会福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士、
介護支援専門員の資格取得者

ID 33611

奨学金返還中の人へ 年間最大12万円を 3年間補助

前年度に返還した奨学金の2分の1を補助



市内事業所に就職 すると最大30万円 を支給

社会福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士、
介護支援専門員、看護師、准看護師、保育士、
介護従事職員、障がい者支援従事職員が対象

※いずれも市内の介護事業所・障がい福祉事業所に勤務する人が対象です。
また、事業所によって対象資格が異なります。

『うおぬま・^{まい}米ねっと』の申込みをしませんか

魚沼医療圏域内の病院、診療所、薬局、介護事業所等の施設において患者さんの診療情報・介護記録を共有します。皆さまのご登録により効率的に安全・安心な医療を受けることが可能となります。

申込窓口

- ・魚沼市役所 健康増進課 地域医療係（本庁舎2階）
- ・開業されている医院でも受付可能な場所がありますので、医院の方に直接お問い合わせください。

ID 2189



『わたしの想いノート』を活用してみませんか

「もしもの時」、「いつか訪れる日のこと」を周囲の信頼できる人と話し合い、自分の想いを身近な人と共有するためのノートです。

配布窓口

- ・魚沼市立小出病院
- ・各地域包括支援センター
- ・居宅介護支援事業所
- ・魚沼市役所 介護福祉課

ID 2121

